



DOCUMENTACIÓN DE BUENAS PRÁCTICAS RSC ADMINISTRACIONES PÚBLICAS SERVICIO DE INTERCAMBIO Y BENCHMARKING F1.S7.P06

INDICE

1. DATOS DE LA ORGANIZACIÓN:

Nombre: SERVICIO DE SALUD. PATRONATO DE BIENESTAR SOCIAL. AYUNTAMIENTO DE ALCOBENDAS

Persona de contacto: CARLOS DE ARPE MUÑOZ ¹ ESTRELLA TURRERO ²

Cargo: ¹ Coordinador del Servicio de Salud ² Responsable Promoción de la Salud

e-mail jcarpe@aytoalcobendas.org eturrero@aytoalcobendas.org

Teléfono: 91 663 70 01 Ext.: 4014, Ext.: 4080.

Página web: www.alcobendas.org / Salud

Breve descripción de la actividad:

En el Plan Estratégico *Diseña Alcobendas 2020, La ciudad que queremos*, el cual fue aprobado por el Equipo de Gobierno Municipal en Diciembre del 2013, uno de los objetivos generales era desarrollar estrategias preventivas de bienestar social en materia de salud, educación, formación, empleo y consumo (Eje 4. Objetivo 4.2). Desarrollar hábitos de vida y consumo saludables y actividades preventivas de problemas de salud a lo largo del ciclo vital. Es un proyecto motor Salud envejecimiento Activo.

El propósito de la creación de **La Escuela de Salud para Mayores** es promover conocimientos y actitudes que permitan hábitos saludables adecuados, para mejorar su estado físico, psicológico y su calidad de vida. Está dirigida no solo para personas de edad avanzada, sino para las personas maduras, ya a partir de los 55 años, pues como dice el viejo refrán “Más vale prevenir que curar”, pues hoy vivimos más años, pero es necesario además vivirlos en mejores condiciones físicas y mentales.

Consiste en los realizar ciclos de talleres sobre temas que están relacionadas con el envejecimiento activo un día a la semana en los centro de mayores de nuestro municipio.

TITULO DE LA BUENA PRÁCTICA

ESCUELA DE SALUD PARA MAYORES

2. RESUMEN EJECUTIVO

2.1 Resultados

- Datos de partida y objetivos que buscaba con la implantación de la Buena Práctica:

El envejecimiento progresivo y la ralentización del crecimiento relativo del número de habitantes son las tendencias que caracterizan de manera más relevante en la evolución de la población de Alcobendas. El proceso de envejecimiento se refleja en el intenso y notable incremento que el grupo de personas mayores de 65 años ha tenido en los últimos años de la presente década hasta alcanzar actualmente el 12% del conjunto de población.

Reservados todos los derechos. No se permite transmitir a terceros alguna parte de esta publicación, cualquiera que sea el medio empleado –electrónico, mecánico, fotocopia, grabación, etc.- sin el permiso previo de la organización dueña de la buena práctica.

DOCUMENTACIÓN DE BUENAS PRÁCTICAS RSC ADMINISTRACIONES PÚBLICAS

SERVICIO DE INTERCAMBIO Y BENCHMARKING

F1.S7.P06

Partiendo del objetivo desarrollar hábitos de vida y consumo saludables y actividades preventivas de problemas de salud a lo largo del ciclo vital, para conseguir un envejecimiento activo.

La Escuela de Salud para mayores está encuadrada dentro de las actividades del Programa de Promoción de la Salud del Servicio de Salud del Ayuntamiento de Alcobendas, cuyo objetivo es la promoción de conocimientos y actitudes que permitan un envejecimiento activo en la población de edad avanzada de Alcobendas

- **Resultados alcanzados tras implantarla**

Se comenzó en el año 2016 realizando dos ediciones, de abril a mayo y de octubre a noviembre, todos los jueves, en cada ciclo se impartieron 6 conferencias con diferentes temáticas de interés entre la población de mayores. Los temas a tratar en la 1º edición fueron: *Como alimentar el cerebro, Cuida tu corazón, Beneficios de actividad física, Mejora tu memoria y cómo prevenir los Accidentes Domésticos*, en la 2º edición: *99 ideas para llegar a los 99 años, deporte y enfermedades artríticas, incontinencia urinaria, alimentación para mejorar la salud ósea, ejercitar la memoria y cuidados para el invierno*. En el 2017 se han realizado dos ediciones nuevas tratando diferentes temas que interesa a la población de mayores: *vivir con salud, memoria y efectos en la salud, el insomnio y sus alteraciones, enfermedades artríticas, beneficios del ejercicio físico y la hidratación en los mayores*. Actualmente se está realizando una nueva edición de octubre a noviembre: *Cambios orgánicos en el mayor, medicamento en el mayor, memoria y efectos en salud, como alimentar tu cerebro, beneficios del ejercicio físico*. La Escuela de salud para mayores está impartida por profesionales del Servicio de Salud en colaboración con el Servicio de Mayores del Ayuntamiento de Alcobendas.

Resultado obtenido

Se ha realizado una encuesta de satisfacción, obteniendo un 9 sobre 10. En la encuesta hay un apartado de sugerencias sobre temas que están interesados en que en las próximas ediciones de la escuela, se tienen en cuenta se incluyen en la edición siguiente de la escuela.

Principal lección aprendida

Promoción de conocimientos y actitudes que permitan un envejecimiento activo en la población de edad avanzada de Alcobendas

- **Nivel de posible aplicabilidad a otras organizaciones (alto/medio/bajo) ALTO**
- **Grado de innovación MEDIO**
- **Resumen de la Buena Práctica**

Uno de los objetivos generales del Plan Diseña de Alcobendas es desarrollar estrategias preventivas de bienestar social en materia de salud, educación, formación, empleo y consumo (eje 4. Objetivo 4.2). Desarrollar hábitos de vida y consumo saludables y actividades preventivas de problemas de salud a lo largo del ciclo vital. Es un proyecto motor Salud envejecimiento Activo.

Reservados todos los derechos. No se permite transmitir a terceros alguna parte de esta publicación, cualquiera que sea el medio empleado –electrónico, mecánico, fotocopia, grabación, etc.- sin el permiso previo de la organización dueña de la buena práctica.

DOCUMENTACIÓN DE BUENAS PRÁCTICAS RSC ADMINISTRACIONES PÚBLICAS

SERVICIO DE INTERCAMBIO Y BENCHMARKING

F1.S7.P06

El propósito de **La Escuela de Salud para Mayores** es promover conocimientos y actitudes que permitan hábitos saludables adecuados, para mejorar su estado físico, psicológico y su calidad de vida. Está dirigida no solo para personas de edad avanzada, sino para las personas maduras, ya a partir de los 55 años, pues como dice el viejo refrán “*Más vale prevenir que curar*”, pues hoy vivimos más años, pero es necesario además vivirlos en mejores condiciones físicas y mentales.

Consiste en los realizar ciclos de talleres sobre temas que están relacionadas con el envejecimiento activo un día a la semana en los centro de mayores de nuestro municipio.

3. DESCRIPCIÓN DE LA BUENA PRÁCTICA

3.1 Resultados

Datos de partida y objetivos que buscaba con la implantación de la Buena Práctica

Un estudio de la Organización Mundial de la Salud (OMS), la esperanza de vida superará los 90 años en algunos países desarrollados para el 2030. En lo que respecta a España, el estudio asegura que la expectativa de vida de sus habitantes, que en 2010 era de 78,66 años para hombres y 84,83 para mujeres, aumentará en 2030 hasta situarse en 83,47 años en el caso de los hombres y 88,07 años en las mujeres. Por lo tanto, en apenas veinte años, la esperanza de vida en España aumentará cinco años en hombres y cuatro en mujeres.

En el municipio de Alcobendas, el envejecimiento progresivo y la ralentización del crecimiento relativo del número de habitantes son las tendencias que caracterizan de manera más relevante en la evolución de la población de Alcobendas. El proceso de envejecimiento se refleja en el intenso y notable incremento que el grupo de personas mayores de 65 años ha tenido en los últimos años de la presente década hasta alcanzar actualmente el 12% del conjunto de población.

Partiendo del objetivo desarrollar hábitos de vida y consumo saludables y actividades preventivas de problemas de salud a lo largo del ciclo vital, para conseguir un envejecimiento activo.

Resultados alcanzados tras implantarla

3.2 Enfoque

En el Plan Estratégico Diseña Alcobendas, la ciudad que queremos que se aprobó en Diciembre del 2013, uno de los objetivos generales es desarrollar estrategias preventivas de bienestar social en materia de salud, educación, formación, empleo y consumo (eje 4. Objetivo 4.2). Desarrollar hábitos de vida y consumo saludables y actividades preventivas de problemas de salud a lo largo del ciclo vital. Es un proyecto motor Salud, el *Envejecimiento Activo*.

DOCUMENTACIÓN DE BUENAS PRÁCTICAS RSC ADMINISTRACIONES PÚBLICAS

SERVICIO DE INTERCAMBIO Y BENCHMARKING

F1.S7.P06

Razones para desarrollar la BP.

Desarrollar hábitos de vida y consumo saludables y actividades preventivas de problemas de salud a lo largo del ciclo vital. Es un proyecto motor Salud envejecimiento Activo.

Descripción de la sistemática.

El propósito de **La Escuela de Salud para Mayores** es promover conocimientos y actitudes que permitan hábitos saludables adecuados, para mejorar su estado físico, psicológico y su calidad de vida. Consiste en los realizar ciclos de conferencias sobre temas que están relacionadas con el envejecimiento activo, un día a la semana se trata diversos temas relacionados con la salud de los mayores, se imparten en los centros de mayores de nuestro municipio.

3.3 Despliegue

Acciones realizadas para poner en práctica la BP

El área de comunicación que realiza carteles para publicidad de la Escuela de Salud Mayor en todos los centros municipales, revista local 7 días y redes sociales.

Los profesionales del Servicio de Salud y el de mayores pertenecientes al patronato de Bienestar Social y a expertos en deporte pertenecientes al patronato de deportes del Ayuntamiento.

Áreas en las que se ha implantado (centros, delegaciones, direcciones, etc.)

En 5 Centros Municipales de mayores del municipio de Alcobendas.

Tiempo de implantación (sistematizada)

La Escuela de salud para mayores tiene dos ediciones anuales de abril mayo y de octubre noviembre. Se realiza reunión de programación, elección de temas y profesiones. Publicidad y la inscripción de los asistentes.

3.4 Evaluación y Revisión

Sistema de medida

Encuestas de satisfacción en el 100% de las ediciones con una puntuación de 9 sobre 10.

Mejoras identificadas

Indicadores para una mejor evaluación de los resultados